

МОБУ «Электрозаводская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ОУ  Л.А.Константинова



Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 24.01.2025 г.
 Сезон: зимний период
 Неделя: первая
 День: 5 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	16,39
Котлета рыбная любительская (минтай)	90	11,5	3,7	5,5	101,0	36,21
Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	5,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86,0	10,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,43
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,18
Итого за завтрак	510	23,8	14,7	62,6	477,5	69,21

Повар:  Гайсина Ю.А.

Контрольные
блюда

